

Voeding



Beeldactiviteiten

- Een brooddoos maken/versieren
- Een placemat maken
- Borden versieren
- Fruit maken in papier-maché
- Vrije tekening naar eigen interpretatie 'recht op voeding'
- Stempelen met aardappelen, appelen, wortels, ...
- Kettingen rijgen met pasta
- Een pizza maken (gekleurd papier)
- Fruitmandje knutselen
- Verwerking recht op voeding naar eigen interpretatie
- Fruit/groenten maken van zoutdeeg

Culinaire activiteit

- Een gezond tussendoortje klaarmaken
- Wereldmaaltijd organiseren
- 'Kookboek voor kinderen' (H. Van Vught)

Spellen/activiteiten

- Melkkaart bijhouden
- Fruitkaart bijhouden
- Fruit pauze
- 'Lekker eten'
- Proeven en herkennen van voedingswaren
- Voedselgeuren ruiken
- Domino voeding
- 'Oogsttijd' (Family Pastimes)
- Mini-quiz eten over de wereld

Menu

- Voorgerecht, soep, nagerecht, ...

Kinderrechten

- Recht op voeding
- Recht op een eigen mening
- Recht op water
- Recht op informatie
- Recht op bescherming
- Iedereen is gelijk
- Recht op medische verzorging

Waarneming

- Prenten recht op voeding
- Prenten van kinderen uit andere landen i.v.m. voeding

Levensmiddelen

- Vlees
- Vis
- Kaas
- Melk
- Ei
- Granen
- Groenten
- Fruit
- Vruchten
- Dranken
- ...

Kringgesprek

- Wat mocht er geen voedsel zijn?
- Voedingsdriehoek
- Gezond eten
- Groeien (m.b.v. een babypop)
- Verschillende eetgewoonten wereldwijd
- Gezonde snack

Liedjes

- 'Naar de winkel' (I. Rietveld)
- 'Wat zit er in mijn doosje?' (J. Van Coillie)
- 'Juf roos'

Prentenboeken

- 'Aan tafel! Kinderen en hun eten uit de hele wereld' (B. Hollyer)
- 'Dat lust ik niet!' (L. Child)
- '1 2 3 aan tafel. Wat je als kleuter eet, heb je voor je leven beet.'
- 'Koninginnenhapjes' (L. Schacht)
- 'De grote slokop' (N. Sharkey)
- 'Doppertjeslijm' (S. Chandler)
- 'Rupsje nooitgenoeg' (E. Carle)
- 'Eet je erwttjes op' (Kes Gray)
- 'Anna eet graag fruit'
- 'Eten in de wereld'
- 'Eet smakelijk met Juf Roos'

Klasverrijking

- Uitgebreide keuken
- Weegschaal
- Een restaurant waar veel lekkere dingen op het menu staan
- Prent recht op voeding in de klas
- Prenten van menu's uit andere landen
- ...

Voedingsdriehoek

- Lichaamsbeweging
- Water/vocht
- Graanproducten/aardappelen
- Groenten
- Fruit
- Melkproducten en calcium verrijkte sojaproducten
- Vlees, vis, eieren en vervangproducten
- Smeer- en bereidingsvet
- Restgroep

Schoolniveau

- Fruitdag
- Marktkramen op de speelplaats
- Over culturen koken (met kinderen/ouders van op school)